Overview of Resilience of the Poor People North Aceh During the Covid-19 Pandemic

Nurul Hastuti Nurdin, Safuwan Amin

Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh

Email: psynurulhastuti@gmail.com

ABSTRACT

This research was conducted to describe the resilience of the poor North Aceh in dealing with the Covid-19 pandemic, which includes resilience factors and the process of forming resilience. The research method used is a phenomenological qualitative research type. The Participants were taken randomly and insidental sampling, in total 5 poor people from North AcehThe data collection process was carried out using semi structured interview method as the main data collection method and non-participant observer as the supporting data collection method. Based on the research that has been done, it is found that the factors that influence the formation of the resilience in the poor include: gratitude, self-efficacy, never give up, optimistic and critical thinking, significant others, empathy, and coping transformation. While the process of forming resilience in the poor in facing poverty goes through stages, namely a) feeling bored and feeling sad, b) survival (surviving), c) Adjustment (Recovery) and d) Thriving (able to get through difficulties and take positive things from the difficulties faced by the poor). So it can be concluded that five poor people of North Aceh have good resilience or resilience in dealing with poverty during the COVID-19 pandemic. This can be seen from the way people don't lament too much about the difficulties they face, stay calm and stay productive during the pandemic.

Keywords: Covid-19, Resilience, The Poor

PENDAHULUAN

Menghadapi kehidupan sehari-hari, setiap individu tidak lepas dari berbagai permasalahan kehidupan, serta kesulitan yang berbeda-beda antara individu yang satu dengan yang lainnya. Berbagai kesulitan yang dialami akan ditanggapi secara berbeda oleh setiap individu. Individu yang tidak mampu menerima kesulitan yang dialami akan mengalami kekecewaan dan pengalaman yang tidak menyenangkan dalam hidupnya (Mir'atannisa dkk, 2019). Kekecewaan yang dialami dapat melumpuhkan jika individu membiarkan dirinya diliputi oleh kekalahan secara emosional, sehingga dibutuhkan ketahanan internal untuk membantu individu bangkit kembali dari keterpurukan dan berhasil beradaptasi dengan tuntutan situasi yang penuh tekanan (Fuster, 2014).

Salah satu fenomena dalam kehidupan yang membutuhkan peran resiliensi bagi individu yang mengalaminya untuk bertahan hidup adalah fenomena kesulitan ekonomi (kemiskinan). Menurut BPS tahun 2020 (Zulkarnaini, 2021), Aceh saat ini menempati posisi nomor satu sebagai provinsi termiskin dari seluruh provinsi di Sumatera, dari seluruh kabupaten yang ada di wilayah Aceh, kabupaten Aceh Utara merupakan daerah dengan jumlah penduduk miskin terbanyak saat ini (BPS Aceh, 2020). Berdasarkan bukti dan fakta, data yang diperoleh serta informasi dari media massa menunjukkan bahwa tingkat kemiskinan di Kabupaten Aceh Utara sangat tinggi dibandingkan dengan daerah lain di Aceh (Zulkarnaini, 2021). Hingga Maret 2020, wilayah Aceh Utara memiliki jumlah penduduk miskin tertinggi, dengan jumlah 106,41 ribu jiwa, (BPS Aceh, 2020). Pada masa pandemi Covid-19, jumlah penduduk miskin di Aceh meningkat dari 809 ribu jiwa pada September 2019 menjadi 833 ribu jiwa pada September 2020 atau meningkat 15,34% (Zulkarnaini, 2021).

Kemiskinan akibat pandemi terus meluas dan berdampak pada semua golongan masyarakat, terutama golongan masyarakat berpenghasilan rendah, seperti masyarakat yang bekerja di sektor transportasi, pedagang, atau masyarakat berpenghasilan rendah lainnya yang merasakan dampak akibat anjuran bekerja dari rumah (Tarigan, Sinaga & Rachmawati, 2020: 471). Dalam menghadapi situasi yang penuh kesulitan, dibutuhkan resiliensi agar individu mampu menyikapi permasalahan yang dialami secara lebih positif sehingga individu dapat bertahan, mampu bangkit kembali dan memiliki sikap positif terhadap permasalahan

yang dialami. Tanpa resiliensi, individu tidak akan memperoleh wawasan, keberanian, ketekunan, dan rasionalitas dalam dirinya (Desmita, 2013).

Kemampuan ketahanan atau resiliensi tentunya sangat diperlukan dan penting bagi setiap individu untuk menghadapi kondisi wabah Covid-19. Pandemi Covid-19 yang terjadi sejak tahun 2019, memberikan dampak yang sangat besar bagi seluruh lapisan masyarakat, terutama masyarakat miskin. Pandemi Covid-19 tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik tetapi juga kesehatan mental. Masyarakat dihadapkan pada perubahan tatanan kehidupan sosial yang signifikan seperti pembatasan sosial, pemotongan jumlah pegawai, kewajiban bekerja dari rumah, hingga mengajar anak sekolah online. Berbagai hal tersebut menjadi penyebab banyak orang mengalami masalah seperti meningkatnya kecemasan dan stres yang berdampak pada perilaku tidak produktif. Selain itu, banyak masyarakat yang terpaksa harus beradaptasi dengan kenyataan baru yang didominasi oleh ketakutan akan penyebaran dan penularan virus (Wulandari, 2021).

Pandemi Covid-19 telah memberikan dampak bagi masyarakat baik secara ekonomi maupun sosial. Secara ekonomi, dampak yang dirasakan masyarakat Aceh Utara adalah menurunnya pendapatan dan hilangnya sumber pendapatan akibat situasi pandemi. Hal ini menyebabkan masyarakat sulit memenuhi kebutuhannya dengan pendapatan yang sangat berkurang bahkan hampir tidak ada, sementara di sisi lain harga barang melonjak tinggi.

Masyarakat yang tangguh di masa pandemi Covid-19 adalah masyarakat yang berhasil mengatasi berbagai macam risiko dalam kehidupan, terutama dalam hal pekerjaan dengan cara yang adaptif (Asrun & Nurendra, 2021). Ketika hidup berada dalam situasi yang sulit atau menantang, resiliensi membantu individu untuk tetap aman, penyesuaian positif terhadap kesulitan ini. (Asrun & Nurendra, 2021). Pandemi covid-19 berdampak tidak hanya pada fisik tetapi juga berdampak pada kesehatan mental (Center Public Mental Health, 2020). Masyarakat dihadapkan dengan perubahantatanan kehidupan sosial, seperti batasan ruang gerak sehingga menyebabkan keterbatasan masyarakat dalam mendapatkan penghasilan, pemotongan jumlah karyawan, serta setiap aktivitas diharuskan secara *online*. Hal ini mempengaruhi kesehatan mental dikarenakan situasi tersebut menyebabkan terjadinya kecemasan serta stress dalam diri masyarakat sehingga bisa menyebabkan terbentuknya perilaku tidak produktif (Center Public Mental Health, 2020). Adanya resiliensi membuat stres serta kecemasan individu tersebut berkurang(Center Public Mental Health, 2020), khususnya bagi masyarakat Aceh Utara, dengan adanya resiliensi dalam dirinya menyebabkan mereka mampu menimbulkan sikap positif dalam diri individu menjadi pribadi yang percaya diri berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, resiliensi juga dapat mengubah individu menjadi lebih kuat dan mendorong individu untuk berkembang dan menjadi lebih baik (Reivich dan Shatte, 2002).

Berdasarkan uraian fenomena di atas, penelitian ini dilakukan untuk melihat gambaran yang lebih mendalam tentang pengalaman masyarakat miskin terkait ketahanan yang meliputi proses apa yang harus mereka lalui untuk menjadi individu yang tangguh, dan faktor-faktor yang menjadikan mereka pribadi yang tangguh dalam menghadapi kemiskinan di masa pandemi Covid-19.

Secara etimologis, istilah resiliensi berasal dari kata latin *resilire* yang berarti bangkit kembali. Dalam bahasa Indonesia, *resilience* diartikan sebagai gaya pegas, daya kenyal, daya lenting (bola karet), dan kegembiraan. Sedangkan dalam disiplin ilmu psikologi, resiliensi dikemukakan oleh para ahli perilaku dalam upaya untuk menentukan dan mengukur kemampuan individu bertahan dan berkembang dalam kondisi yang merugikan dan untuk menentukan kemampuan individu untuk pulih dari kondisi stres (McCubbin, 2001).

Dalam bahasa latin, *resilience* disebut dengan '*resilio*' yang berarti 'kembali ke awal'. Sedangkan dalam konteks sosial, resiliensi mengacu pada kemampuan untuk mampu bertahan dalam situasi yang menantang atau sulit. Konsep resiliensi merupakan adaptasi dari disiplin ilmu Psikologi dan Psikiatri pada tahun 1940-an yang menggarisbawahi bahwa manusia memiliki kemampuan untuk beradaptasi dan mampu bertahan dalam situasi yang tidak diinginkan atau di luar kendali (Puspitasari, 2019). Istilah resiliensi pertama kali diperkenalkan oleh Blok pada tahun 1950-an (dalam Farkas & Orosz, 2015) dengan istilah ego-resilience (ER) yang diartikan sebagai kemampuan umum yang terdiri dari kemampuan beradaptasi dan fleksibilitas yang tinggi ketika menghadapi tekanan.

Resiliensi adalah suatu proses adaptasi atau penyesuaian positif dalam keadaan sulit, baik dalam menghadapi bahaya maupun rintangan yang dapat berubah sejalan dengan perbedaan waktu dan lingkungan yang mencerminkan ketahanan seseorang untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif ketika menghadapi situasi sulit (Hendriani, 2018). Menurut Reivich dan Shatte (2002) resiliensi adalah kemampuan untuk beradaptasi dengan situasi sulit dan bertahan dalam keadaan depresi atau kesulitan akibat masalah yang terjadi dalam kehidupan. Menurut Ledesma (2014) resiliensi adalah kemampuan individu untuk bangkit kembali dari kesulitan, frustrasi, dan kemalangan. Sedangkan Grotberg (2003)

menyatakan bahwa resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk mengatasi dan mengubah dirinya dari keterpurukan, kesulitan, dan masalah.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan suatu kemampuan untuk bangkit kembali, beradaptasi, bertahan dalam situasi yang sulit / tertekan serta tetap berfungsi secara kompeten dalam menghadapi berbagai stresor kehidupan.

Reivich dan Shatte (2002) menyatakan bahwa ada tujuh faktor yang membentuk resiliensi, yaitu sebagai berikut: (1)Pengaturan Emosi, Kemampuan untuk tetap tenang bahkan ketika menghadapi situasi sulit atau penuh tekanan. Tenang dan fokus dapat memudahkan individu dalam mengatur emosi. Kedua keterampilan ini dapat membantu individu untuk mengontrol emosi, membantu individu untuk tetap fokus ketika menghadapi banyak hal yang mengganggu, dan membantu individu untuk mengurangi stres yang dialami. (2) Kontrol Impuls, adalah kemampuan yang ada dalam diri individu untuk mengontrol keinginan, desakan, kesukaan, dan tekanan yang muncul dalam dirinya. (3) Optimis, perasaan percaya diri yang terdalam dalam diri individu bahwa masa depannya akan cerah. Sikap optimis yang dimiliki menunjukkan bahwa individu memiliki kepercayaan diri dan mampu mengatasi setiap masalah yang mungkin terjadi di masa depan. (4) Analisis kausal, kemampuan individu untuk mengidentifikasi penyebab dari masalah yang dihadapi. Individu yang tidak mampu mengidentifikasi penyebab masalah yang dihadapinya dengan benar akan menyebabkan mereka melakukan kesalahan secara terus menerus. (5) Empati, Individu yang memiliki kemampuan empati yang baik akan cenderung memiliki hubungan sosial yang positif. Dengan kemampuan berempati, individu akan mampu membaca atau mengenali tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain. (6) Efikasi diri, adalah hasil dari keberhasilan individu dalam memecahkan masalah. *Self-efficacy* digambarkan sebagai keyakinan pada diri sendiri bahwa individu mampu memecahkan masalah dan mencapai kesuksesan. *Self-efficacy* merupakan aspek yang sangat penting bagi individu untuk mencapai resiliensi. (7) *Reaching out (*Pencapaian), kemampuan individu untuk mengambil pelajaran dan mencapai aspek positif dari kesulitan, kesulitan, atau masalah yang terjadi dalam hidupnya (Reivich & Shatte, 2002).

Coulson (2006) menyatakan bahwa ada 4 tahapan atau proses yang harus dilalui untuk mencapai resiliensi, yaitu (1) *succumbing* (menyerah), individu menyerah dan mengalah setelah melalui atau menghadapi ancaman dari keadaan yang penuh tekanan. Pada tahap ini individu berpotensi mengalami depresi hingga paling ekstrim dapat melakukan bunuh diri. (2) *survival* (bertahan), kondisi individu yang terlihat pada tahap ini adalah individu tersebut akan mengalami perasaan negatif dan perilaku negatif yang berkepanjangan seperti menarik diri, menurunnya kepuasan kerja bahkan depresi. Pada tahap ini individu tidak dapat mencapai atau memulihkan emosi positif atau fungsi psikologis setelah menghadapi stress sehingga menyebabkan individu gagal berfungsi secara normal. (3) *Recovery* (pemulihan), pada tahap ini, individu dapat pulih secara psikologis dan emosional serta mampu beradaptasi dengan kondisi atau situasi yang penuh tekanan, meskipun masih meninggalkan efek perasaan negative sebelumnya. Pada tahap ini individu kembali melanjutkan aktivitas kesehariannya dan menunjukkan dirinya sebagai individu yang tangguh. (4) *Thriving* (tumbuh pesat). Tahap ini merupakan tahap terakhir dimana individu mampu melalui tahapan - tahapan beberapa penghargaan sebelumnya dan mampu berfungsi kembali setelah mengalami tekanan dan juga memiliki kemampuan baru yang menyebabkan individu tersebut menjadi lebih baik.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di Aceh tepatnya di Kabupaten Aceh Utara, yang dilaksanakan mulai dari tanggal 29 Oktober sampai dengan pertengahan bulan November 2021. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis dimana bertujuan untuk melihat gambaran atau makna pengalaman hidup yang dialami beberapa individu terkait konsep resiliensi dalam fenomena kemiskinan di masa pandemi Covid-19. Rumusan masalah atau yang ingin dikaji dalam penelitian ini adalah (a) bagaimana gambaran resiliensi pada masyarakat miskin Aceh Utara dalam menghadapi pandemi covid-19? (b) faktor apa saja yang membentuk resiliensi pada Masayarakat Miskin dalam menghadapi kemiskinan di masa pandemi Covid-19 saat ini?

Jumlah partisipan yang menjadi sumber data dalam penelitian ini yaitu berjumlah sebanyak 5 orang yang diambil secara acak yang bersifat insidental sampling. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara sebagai proses pengumpulan data inti dan observasi sebagai proses pengumpulan data pendukung atau pembuktian wawancara yang dilakukan.

Teknik Pengumpulan Data → Metode Pengumpulan Data Inti → wawancara Semi Terstruktur
Teknik Pengumpulan Data → Metode Pengumpulan Data Pendukung → *Non-participant Observer*

Gambar 1. Teknik pengumpulan data

Wawancara yang digunakan dalam penelitian ini berupa wawancara semi terstruktur sehingga peneliti bebas menggali pertanyaan yang diajukan sesuai dengan kondisi dan alur yang terjadi saat wawancara berlangsung namun tetap berpedoman pada tema yang telah ditentukan dan bersifat terbuka yang dibuat untuk memperoleh pandangan dan pendapat dari responden (Herdiansyah, 2010). Selain itu, peneliti menggunakan observasi non partisipan atau observasi tidak terstruktur. Dimana pengamatan dilakukan secara spontan tanpa menggunakan alat pengamatan tertentu. Observasi dalam penelitian ini bertujuan sebagai metode pendukung atau sebagai sarana untuk mengecek kembali atau membuktikan data atau informasi yang diperoleh dalam proses wawancara.

Teknik analisis data yang digunakan dalamyaituAnalisisTematik. Penggunaan teknik analisis ini karena penelitian yang dilakukan berupaya mengungkap tema dari pengalaman langsung yang terjadi di masyarakat miskin terkait faktor dan proses pembentukan resiliensi dalam menghadapi situasi kemiskinan di masa pandemi Covid-19. Tahapan analisis tematik yang dilakukan adalah sebagai berikut: (1) Pengolahan data. Data yang telah diperoleh di lapangan berupa teks yaitu dengan membuat transkrip atau wawancara verbatim untuk memudahkan proses selanjutnya. (2) Membaca transkrip verbatim atau wawancara yang telah disusun berulang-ulang.(3) Mengembangkan fakta-fakta dari temuan yang diperoleh dalam wawancara verbatim ke dalam bentuk deskripsi (coding). Dalam proses ini, yang dilakukan adalah mengambil data tertulis yang telah terkumpul, membagi kalimat menjadi tema.(4) Mengelompokkan data sejenis dan kategorisasi.(5) Menyajikan kembali data deskripsi dan tema-tema dalam bentuk narasi atau laporan kualitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah diketahui bahwa masyarakat miskin Aceh Utara memiliki ketahanan yang baik. Hal ini terjadi dikarenakan adanya faktor pendukung yang membuat mereka mampu bertahan dalam menghadapi sulitnya hidup dalam kondisi kemiskinan.

Tabel 1. Gambaran resiliensi masyarakat miskin Aceh Utara dalam menghadapi pandemi covid-19

Gambaran resiliensi Masyarakat Miskin Aceh Utara	
Faktor resiliensi	**Proses resiliensi**
• Kebersyukuran	• Merasajebuh dan merasasedihdengankeadaan
• Efikasidiri	• Survival (bertahan)
• Pantang mnyerah, Optimis dan berpikir positif	• Recovery / penyesuaiandiri
• *Significant others*	• Thriving / bertahan dan berkembang
• Empati	
• Coping Transformasi	

1. Faktor Resiliensi

Hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa kelima Partisipan masing-masing didapati beberapa faktor terbentuknya resiliensi dalam menghadapi situasi kemiskinan pada masa pandemi covid-19, yaitu: adanya religiusitas, regulasi emosi (pengendalian emosi), efikasi diri, pantang menyerah dan optimis, *significant others*, empati, coping transformasi, serta berpikir positif. Hasil faktor resiliensi pada masing-masing partisipan dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 2. Gambaran Faktor Resiliensi Masing-Masing Partisipan Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19

Y	TH	RS	SL	A
*Pantang menyerah	*Regulasi emosi	*Regulasi emosi	*Pantang menyerah	*Pantang menyerah
*Kebersyukuran	*Efikasi diri	*Optimis	*Empati	*Kebersyukuran

*Empati *_Significant others_ *Optimis *Coping Transformasi *Efikasi diri	*Kebersyukuran *Empati *_Significant others_ *Coping transformasi	*Empati	*Efkasi Diri *_Significant others_ *Kebersyukuran	*Efikasi diri *_Significant others_

a. Kebersyukuran

Kebersyukuran memberikan kekuatan tersendiri bagi seseorang sehingga mampu menjalani kehidupan sebagaimana mestinya meskipun berada dalam situasi yang sulit atau tertekan. Hal ini terlihat dari pernyataan partisipan sebagai berikut:

> *"tidak mengeluh, serta selalu bersyukur dengan apa yang saya miliki dan dapatkan selama ini..... Sehingga saya tidak merasa terlalu bermasalah...Rasa khawatir adalah sedikit, tapi saya yakin rezeki Allah pasti...pasti akan ada jalannya sendiri*" (Wawancara, Oktober 2021, Y 49 Tahun).

Dengan bersyukur masyarakat menganggap bahwa segala kondisi yang dihadapi sebagai bentuk ujian dari Allah. Selain dari kebersyukuran, masyarakat juga menanggap bahwa kesanggupan menghadapi situasi kesulitan yang terjadi karena Allah memberi mereka kekuatan dan kesanggupan sehingga mampu melewati kesulitan yang terjadi dalam hidup mereka. Adanya nilai religius dalam diri masyarakat menyebabkan mereka tetap kuat dan menerima kesulitan yang dihadapi sebagai ujian kehidupan dari Allah yang harus di jalani sebagai bagian dari kehidupan. Keyakinan bahwa kesulitan merupakan ujian dari Allah merupakan salah satu nilai yang paling sering serta paling banyak diungkapkan oleh masyarakat, seperti yang terlihat dalam kutipan wawancara dengan partisipan Y sebagai berikut:

> *"Saya terima segala yang Allah takdirkan untuk saya, jadi saya tidak pernah merasa putus asa ....Alhmadulillah saya masih diberi kemudahan serta kekuatan oleh Allah walaupun dalam segala keterbatasan. Dan saya sangat yakin dan percaya Allah akan menolong dan membantu saya serta diberi kemudahan jika saya melakukan sesuatu secara ikhlas... selalu mengingat Allah, selalu bersyukur, dan segala yang terjadi merupakan ujian dari-Nya."* (Wawancara, Oktober 2021, Y 49 Tahun).

Pernyataan terkait kebersyukuran seperti yang diungkapkan oleh Y diatas didukung dengan pernyataan dari beberapa masyarakat lainnya seperti yang terlihat dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

> *"cara saya menghadapi hidup selama ini, tetap bersyukur dengan apa yang kita sudah miliki..... saya menerima bahwa nasib saya seperti ini, saya bersyukur setidaknya tetap masih ada keluarga ada tempat tinggal. .....setiap manusia itu sudah ditetapkan rezekinya masing-masing oleh Allah... Karena saya yakin Allah tidak akan membiarkan hambanya kesulitan dan tidak akan diuji kalau tidak mampu. Jadi saya harus tetap berusaha"* (Wawancara, Oktober 2021, TH 40 Tahun)

> *"kita harus bersyukur,,, dengan bersyukur Allah akan menolong dan memberi rezki yang tidak pernah kita duga. Jadi saya tidak berpikir seperti itu, saya terima apa yang sudah ditakdirkan oleh Allah dan saya Ridah jika nasib saya seperti ini* (Wawancara November 2021, SL 60 Tahun)."

> *"iya, karena kan, yang saya pegang Cuma satu ALLAH Subahanahuwata'ala. Asal kita mau berusaha, ikhlas, insya Allah, pasti ada.iya dek .... "Saya senang, dan bersyukur , ya walaupun suami saya sudah meninggal saya, tetap masih mampu menyekolahkan anak-anak saya, bisa memasukkan anak saya ke dayah, dan yang paling penting saya mampu memenuhi amanah suami saya untuk membangun rumah, supaya saya bisa tinggal ditemat yang nyaman dan nyaman untuk ibadat"* (Wawancara, November 2021, A 47 Tahun).

Dari kutipan wawancara diatas terlihat bahwa adanya nilai kebersyukuran dan keyakinan kepada sang Pencipta bahwa masalah yang dihadapi merupakan ujian, kemudian adanya sifat qana'ah (menerima segala sesuatu apa adanya secara ikhlas) sehingga menyebabkan partisipan lebih kuat dan mampu menjalani hidupnya ditengah berbagai kesulitan yang dihadapi.

b. Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan salah satu perilaku dimana individu yakin dan percaya bahwa ia mampu menghadapi masalah dan yakin akan memperoleh keberhasilan. Hal ini terlihat masyarakat miskin di Aceh Utara, mereka

selalu berusaha sendiri untuk menyelesaiakan masalah yang dihadapi dan pilihan meminta bantuan kepada orang lain sebagai alternatif terakhir jika usahanya sendiri tidak berhasil. Dari keseluruhan partisipan yang terlibat dalam penelitian ini, berdasarkan hasil observasi terlihat bahwa, seluruh partisipan menunjukkan adanya efikasi diri dalam dirinya. Namun Secara lebih detailnya pernyataan yang membuktikan adanya efikasi diri dibuktikan melalui ungkapan / pernyataan partisipan sebagai berikut:

"kalau memang saya benar-benar terdesak, tapi kalau memang tidak perlu-perlu kali saya usaha sendiri dulu, kalau tidak bisa baru saya cari bantuan" (Wawancara Oktober 2021, TH 40 Tahun,W2:37-38).

Pada wawancara dengan masyarakat lainnya yaitu SL, ia mengungkapkan bahwa tidak ingin merepotkan orang lain sehingga ia tidak pernah menceritakan kesulitan yang dihadapi meskipun kepada anak-anaknya, dan tetap bekerja keras sendiri.

"kalau ke anak-anak saya jarang ya saya ceritakan.... ya walaupun saya banting tulang ke sawah orang tapi saya tidak mau anak saya susah" (Wawancara November 2021, SL 60 Tahun).

Faktor efikasi diri mendorong masyarakat untuk tidak menyerah dan menghadapi kesulitan serta berusaha mencari solusi dari kesulitan atau masalah yang dihadapinya. Adanya faktor efikasi diri dalam diri masyarakat miskin menyebabkan mereka memiliki keyakinan dan percaya bahwa mereka mampu menghadapi dan melewati masalah yang terjadi.

c. Pantang Menyerah, Optimis dan Berpikir Positif

Faktor pantang menyerah mejadi salah satu faktor yang menyebakan partisipan mampu bertahan, karena partisipan terus berusaha untuk melakukan apa saja supaya mampu bertahan dalam situasi yang dihadapi. Perilaku pantang menyerah menyebabkan partisipan tetap berusaha meskipun hasil yang didapatkan sangat sedikit. Seprti yang diungkapkan oleh Y sebagai berikut:

"saya coba lagi,, mungkin saya coba hal yang lain, sampai yang saya ingin dapat. Lebih baik saya berusaha walaupun hasilnya sedikit, daripada saya duduk berdiam diri dirumah di ngapa-ngapain kan" (Wawancara, Oktober 2021, Y 49 Tahun).

Kemudian adanya harapan untuk masa depan (optimis). Faktor optimis menyebabkan masyarakat yang berada dalam kondisi kemiskinan memiliki tujuan yang ingin dicapai dalam hidupnya sehingga ia tetap semangat dan produktif dalam menjalani hidupnya meskipun dalam situasi yang sulit.

"Mungkin belum rezeki, jadi harus berusaha lagi dan yang terpenting harus terus-terus berdoa ....Iya... harus optimis karena Allah telah menetapkan jatah masing-masing orang, jika belum kita dapatkan saat ini mungkin belum saatnya" (Wawancara November 2021, RS 37 Tahun).

Perilaku optimis juga tergambar dari pernyataan partisipan bahwa ia memiliki rencana kedepannya untuk membuka usaha lain sebagai sumber penghasilannya:

"karena kan kede fotocopy saya sudah sepi jadi rencananya saya ingin jualan apa makan-makan atau jus didepan kede ini, tapi dana belum ada. Tapi yang fotocopy ini tidak ditutup juga tetap buka, sambilan rencannya jualan lah, apa yang bisa (Wawancara November 2021, A 47 Tahun) ".

Dari kutipan hasil wawancara diatas dapat dilihat bahwa masyarakat memiliki sikap pantang menyerah dan tetap optimis, serta berpikir positif dalam mengahdapi setiap situasi merupakan salah satu faktor yang menyebabkan masyarakat miskin tetap resilien atau bertahan dalam menjalani hidupnya. Dengan adanya sikap pantang menyerah dan optimis tersebut masyarakat memiliki harapan untuk masa depan, serta tidak putus asa meskipun dalam kondisi pandemi atau kesulitan akibat kondisi kemiskinan.

d*. Significant Others*

Significant others merupakan salah satu faktor dimana resilien terbentuk karena pengaruh dari orang lain seperti karna dukungan orang sekitar serta karena demi orang yang dicintai (dalam hal ini partisipan tetap kuat karena demi anak-anak). Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan diketahui bahwa resiliensi terbentuk karena adanya dukungan orang-orang disekitar yang menyebabkan mereka lebih mudah untuk meyesuaiakan diri dengan keadaan atau tekanan yang dirasakan.

"......... Saya sangat bersyukur dengan adanya orang disekeliling saya menyebabkan saya menjadi lebih kuat serta tidak mengalami kehilangan semangat hidup. Dan istri saya selalu mendukung saya, saya mendapatkan dukungan terutama dari keluarga yang selalu membantu......." (Wawancara Oktober 2021, Y 49 Tahun)

"Karena saya tidak sendiri, saya bersama-sama dengan keluarga, dan Alhamdulillah semua saling peduli, dan kami juga di satu tanah yang sama seluruh bersaudara dan rumah juga berdekatan kami,

dan ibu saya juga dekat dengan rumah . jadi itulah, kami susah senang sama-sama, walaupun kami tidak punya harta" (Wawancara Oktober 2021, TH 40 Tahun).

Selain dukungan tersebut, yang menyebabkan partisipan tetap kuat dalam menjalani kehidupannya sehari-hari yang penuh dengan masalah dan kesulitan adalah karena anak-anak partisipan. Adanya perasaan kasih sayang terhadap anak-anak serta ingin memberikan yang terbaik untuk anak-anak meskipun dengan berbagai cara supaya anak-anaknya tidak merasakan kekurangan dan kesulitan. Seperti yang diungkapkan oleh SL bahwa ia tetap kuat dan berusaha untuk menyekolahkan anak-anaknya meskipun dalam situasi yang terbatas karena tidak ingin anak-anaknya memiliki nasib yang sama:

"Begini,, saya berfikir kalau saya yang bodoh, setidaknya anak-anak saya tidak bodoh, setidaknya ketika ada rapat didesa ketika disuruh menyampaikan didepan mereka bisa,, untuk pengalaman mereka juga.. karena itu saya berusaha menyekolahkan mereka......."(Wawancara November 2021, SL 60 Tahun)".

Sedangkan berdasarkan wawancara dengan wawancara masyarakat lainnya yaitu A, ia menyatakan bahwa selalu berbagi cerita kepada temannya ketika mengalami suatu masalah serta memperoleh pertolongan dari orang sekitar.

"saya tidak memendam sediri, saya cerita biasanya ke teman-teman saya juga,,, dan alhamdulillah ada yang menolong" (Wawancara November 2021, A 47 Tahun).

Berdasarkan kutiapan wawancara diatas terlihat bahwa adanya dukungan orang sekitar (hubungan eksternal) menyebabkan masyarakat yang berada dalam kondisi kemiskinan tersebut tetap bertahan dan semangat menjalani hidupnya.

e. Empati

Empati merupakan salah satu kemampuan untuk mampu merasakan emosional orang lain, seperti mampu merasakan penderitaan yang dirasakan oleh orang lain . seperti yang terlihat dari pernyataan Y, RS, TH, SL, dan A sebagai berikut bahwa ikut merasakan iba atau kasihan ketika melihat orang lain mengalami kesulitan:

saya merasa kasihan dan sekiranya saya ada kelebihan saya akan membantu semampu saya serta memberi dukungan kepada mereka (Wawancara Oktober 2021, Y, 49 Tahun).

"Pasti ikut merasakan,,, kasihan, kita kan sama-sama orang kampung pasti kasihan" (Wawancara November 2021, RS, 37 Tahun)

"Kita sebagai manusia pasti merasa iba ya,, kasian juga, kami saling membantu" (Wawancara Oktober 2021, TH 40 Tahun).

"jika memang saya mampu pasti saya ikut bantu ya, kasihan lah karena saya tau rasanya hidup susah" (Wawancara November 2021, SL 60 Tahun).

"Ikut merasakan ya.. kalau mampu ikut membantu semampunya" (Wawancara November 2021, A 47 Tahun).

Melalui kutipan wawancara diatas terlihat bahwa kondisi kesulitan yang dialami tidak menjadi alasan bagi masyarakat untuk tidak bisa peduli terhadap sesama, meskipun sedang dalam kondisi kesulitan akibat kemiskinan masyarakat trsebut tetap peduli terhadap orang lain (empati).

f. Coping Transformasi

Coping transformasi merupakan salah satu bentuk coping dimana masyarakat melihat bahwa kesulitan yang ia alami juga dirasakan oleh orang lain sehingga individu tidak merasa sendirian dan lebih kuat menghadapi kesulitan yang dialami. Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan, faktor coping transformasi ini tergambarkan dari ucapan Y, TH dan RS sebagai berikut:

"bukan hanya kita saja, orang kaya pun mengalami kesulitan, apalagi kita yang kurang berada. Pasti pasti ada perasaan bagaimana gitu,,, tapi kan kita harus sadari juga ini semua ujian. cobaan, penyakit, bala/ musibah , itu semua tetap teguran dan ujian dari Allah. Kita hanya harus berusa dan berdoa, insya allah ada jalan keluarnya. (Wawancara Oktober 2021,Y 49 Tahun)"

"....Diluar masih banyak orang lain yang lebih susah dari saya ....Tidak ada yang perlu dicemaskan "(Wawancara Oktober 2021, TH 40 Tahun)"

“....karena mengingat bahwa masih ada orang lain yang jauh lebih sulit daripada saya. Sudah takdir saya, jadi saya terima (Wawancara November 2021, RS 37 Tahun,W3:92-93).”

Dari pernyataan masyarakat dalam kutipan wawancara diatas jelas terlihat bahwa mereka menganggap kesulitan yang mereka alami tidak hanya dialami oleh mereka tetapi juga dialami oleh orang lain, sehingga kecemasan dalam diri partisipan berkurang karena partisipan merasa bahwa partisipan tidak sendiri yang mengalami kesulitan tetapi dirasakan oleh orang lain.

2. Proses Resiliensi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa proses yang dilalui oleh masyarakat miskin Aceh Utara dalam bertahan terhadap kondisi kemiskinan yaitu sebagai berikut:

Tabel 3. Gambaran Faktor Resiliensi Masing-Masing Partisipan

Y	TH	RS	SL	A
**Survival* *Penyesuaian	*Penyesuaian **Thriving*	*M erasa jenuh **survival* *Penyesuaian	**Survival* *Merasa jenuh *Penyesuaian	*Perasaan sedih *Penyesuaian

a. Merasa Jenuh dan Perasaan Sedih

Tahapan pertama adalah proses dimana adanya perasaan jenuh dan perasaan sedih. Pada fase ini masyarakat miskin mengalami proses dimana mereka merasa marah, depresi serta akan kehidupannya. Dalam kondisi kemiskinan, berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa masyarakat miskin mengalami perasaan bosan atau merasa lelah dengan kondisi yang dihadapi sebagai akibat dari kesulitan yang tiada henti dan semakin meningkat dengan adanya pandemi covid-19. Berikut adalah pernyataan masyarakat yang didapatkan ketika wawancara dilakukan:

“sesekali kadang pernah juga telintas dipikiran saya, sampe kapan saya kan menghadapi situasi seperni terus, hidup pas pasan, seperti pengen juga punya banyak uang pasti saya bisa beli apapun untuk anak saya” (Wawancara November 2021, RS 37 Tahun)

“Tidak tau ya, pasti lah merasa capek dan jenuh apalagi saya sendiri menafkahi anak saya, terkadang untuk beli beras pun tidak bisa, pernah juga yang kami Cuma mampu makan sehari sekali,,,” (Wawancara November, SL 60 Tahun).

Situasi lainnya perasaan sedih muncul karena situasi pandemi menyebabkan anak mereka terpaksa harus berhenti mondok dikarenakan kekurangan biaya, seperti yang diungkapkan oleh A sebagai berikut:

“sedih karena anak saya yang didayah terpaksa tidak lagi mondok karena tidak ada biaya” (Wawancara November 2021, A 47 tahun).

Dari dari gambaran situasi tersebut jelas terlihat bahwa adanya perasaan jenuh dan sedih dalam menghadapi kesulitan yang menimpa mereka.Perasaan jenuh dan sedih terjadi karena berada dalam situasi yang tidak menyenangkan dalam waktu yang terus menerus, sehingga timbul perasaan jenuh dari kesulitan yang dihadapi.

b. *Survival* (Bertahan Hidup)

survival adalah proses atau cara dalam bertahan hidup dengan situasi sulit yang dihadapi. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, temuan menunjukkan bahwa masyarakat memiliki keyakinan bahwa mereka mampu melewati setiap situasi stres atau kesulitan yang terjadi dalam hidup mereka. Mereka percaya bahwa setiap masalah pasti ada solusinya, hal itu juga membuat mereka secara tidak langsung belajar membiasakan diri menghadapi kesulitan yang ada. Seperti yang terlihat pada beberapa orang masyarakat berikut yang tetap berusaha sekuat tenaga supaya mampu bertahan hidup.

Pertama yaitu SL yang menjalani hidupnya sebagai seorang janda yang sudah berlangsung selama 30 tahun. SL memutuskan untuk menggiling tepung sebagai sumber penghasilannya sehari-hari dikarenakan pekerjaan tersebut sesuai dengan kemampuannya. Menggiling tepung lebih mampu dikerjakan dibandingan dengan pekerjaan lainnya seperti menjadi tukang cuci baju. SL menjalani hidupnya sebagai seorang janda sudah yang sudah berlangsung selama 30 tahun, harus membiayai anak-anaknya sekolah dan kuliah seorang diri dengan menjadi buruh disawah dan menggiling tepung. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh SL ketika diawancarai:

“Suami saya nak,, meninggal ketika saya mengandung anak bungsu 8 bulan, setelah suami meninggal, seminggu kemudian saya melahirkan. Saya teringat sekali anak-anak saya masih kecil. Lalu setelah itu saya harus menyekolahkan mereka. “Untuk pencaharian sehari harinya saya kerja disawah orang, potong padi, nanti diupah. ....daripada saya pergi nyuci baju orang saya lebih sanggup menggiling tepung seperti ini....... Yang sudah pas atau sudah menetap lah istilahnya pekerja saya kan ya dengan menggiling tepung itu, heeuuhh sama mengayam kasur kapas itu... Ya begitulah keadaan saya, walaupun ada bantuan covid itu tapi uangnya tidak bisa bertahan lama didompet.. Pertama saya beli beras, atau keperluan lain untuk makan. Kemudian untuk 100 rb saya tabung untuk jaga-jaga seandainya sakit nantinya ... seperti itu, jadi setelah ada uang, lalu besoknya sudah tidak ada lagi, habis untuk belanja dapur..”(Wawancara November 2021, SL 60 Tahun)”.

Kemudian A bertahan dengan tetap membuka warung fotocopynya walaupun sepi dan membuat kue untuk menambah penghasilan dalam memenuhi kebutuhan rumah tangga dan biaya pendidikan anak-anaknya.

“jika kede memang sepi saya tidak duduk disini saya langsung kebelakang untuk buat kue, atau apa yang bisa saya kerjakan.” (Wawancara November 2021, A 47 Tahun).

Ada juga Y yang menghadapi situasi kemiskinan dimasa pandemi dengan tetap melakukan apa saja, dan berusaha bertahan demi keluarga dikarenakan angkutnya sepi akibat pandemi:

“saya berusaha supaya bisa memenuhi kebutuhan keluarga saya. Dan Alhamdulillah walaupun bekerja sebagai supir angkot saya dapat menyekolahkan anak saya serta memenuhi kebutuhan keluarga saya. sudah menjadi tanggung jawab saya untuk menghadapi apa saja, kan begitu.. supaya anak istri dirumah tidak kelaparan” (Wawancara Oktober 2021, Y 49 Tahun).

Dan ada RS yang berusaha dan bertahan dengan cara menjadi ibu rumah tangga sambilan pemotong batu-batu serta pergi kesawah orang untuk mendapatkan upah disela-sela kesibukannya. Hal ini sesuai dengan pernyataan RS sendiri dalam wawancara yaitu:

“saya akan pergi memotong batu bata. Atau kalau ada yang mengupah untuk kesawah kadang saya juga pergi potong padi kalau musim panen (Wawancara November 2021, RS 37 Tahun).

Sedangkan dalam wawancara dengan masyarakat lainnya yaitu TH, ia menyatakan bahwa tetap produktif dan kerja sebagai tukang kebersihan dan menyatakan bahwa bosan jika tidak melakukan apa-apa.

“karena orang kampung kan , ada corona atau tidak pekerjaan kami tetap. Malah saya bosan kalau hanya duduk berdiam diri tidak melakukan apa-apa (Wawancara Oktober 2021, TH 40 tahun).Berdasarkan gambaran situasi tersebut dapat terlihat bahwa masyarakat miskin tetap mampu bertahan dalam situasi sulit yang mereka hadapi karena sambil berusaha mencari cara bagi mereka untuk bertahan.

c. *Recovery* / penyesuaian

Recovery merupakan salah satu tahap dimana individu mengalami penyembuhan terhadap tekanan atau kesulitan yang dihadapi. Dalam hal ini recory yang dimaksudkan adalah penyesuaian dimana partisipan mengalami penyesuaian terhadap tekanan yang dialami dan mampu beradaptasi serta mampu menjalani kehidupannya dan mampu bertahan meskipun dalam situasi sulit.

Pada kasus pandemi covid-19, masyarakat miskin mampu beradaptasi dan bertahan di tengah dampak pandemi, karena partisipan terbiasa hidup susah sebelumnya sehingga partisipan hanya perlu berusaha mencari solusi agar untuk terus memiliki penghasilan dan bertahan dalam kondisi pandemi dan kekurangan ekonomi dilalui. Seperti yang diungkapkan oleh Y, TH, RS dan A, sebagai berikut:

“sudah terbiasa... tidak jadi masalah,,,, yang terpenting adalah kita selalu berusaha dan tetap bersyukur dengan segala apa yang telah kita dapatkan” (Wawancara Oktober 2021, Y 49 Tahun).

“Saya dari kecil hidup susah, keluarga saya bukan orang yang berpunya juga ya, jadi saya biasa saja. Karena sudah terbiasa hidup susah”.(Wawancara Oktober 2021, TH 40 Tahun).

“biasa aja ya, sudah terbiasa hidup seperti ini. dan...Alhamdulillah untuk kebutuhan seharihari terpenuhi, walaupun tidak lebih, tapi cukup untuk kami sekeluarga” (Wawancara November 2021, RS 37 Tahun).

“Iya .. saya sudah terbiasa, walaupun seperti ini tapi Alhamdulillah saya mampu memberi makan anak-anak saya (Wawancara November 2021, A 47 Tahun).

Dari kutipan wawancara diatas terlihat bahwa masyarakat sudah terbiasa dengan kesulitan yang mreka hadapi serta sudah terjadinya penyesuaian diri dan mampu beradaptasi dengan keadaan sehingga mampu menghadapi dan melewati kesulitan yang terjadi .

d**. *Thriving***

Thriving merupakan salah satu tahapan dimana mampu melewati kesulitan atau tekanan, serta memperoleh hal positif dari kesulitan yang dihadapi serta. Pada tahap ini masyarakat miskin di Aceh Utara sudah mampu melewati masa-masa sulit dan bertahan dalam kondisi kemiskinan yang berlangsung bertahun-tahun, sehingga masyarakat tersebut mampu melewati kondisi pandemi secara normal dan tidak merasa stres atau khawatir yang berlebihan.

> *"Kondisi yang saya hadapi menjadikan saya lebih sabar ya, sehingga saya sudah terbiasa hidup walaupun miskin seperti ini,,,"* (Wawancara November 2021, SL 60 tahun).

Selain itu, karena proses pengalaman dan mengatasi kondisi menekan serta menantang yang dihadapi menjadikan partisipan menjadi lebih baik seperti pengalaman atau pelajaran hidup yang diperoleh dari kesulitan yang dialami .

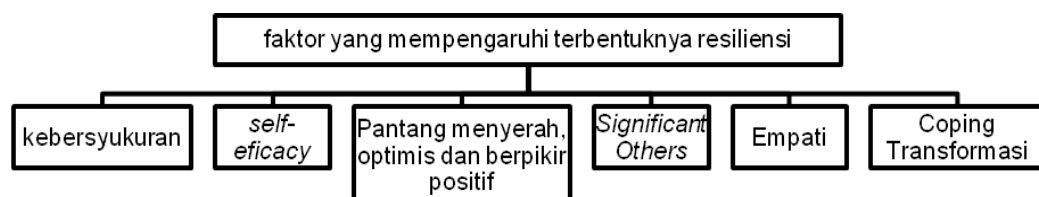
> *"kita dapat pelajaran hidup, dengan kondisi seperti ini saya jdi lebih sabar ya, harus selalu bersyukur, dan saya senang karena walaupun kondisi lagenyo tanyo han sombong. Akrab terhadap sesama dan lebih peduli dengan ureung-ureung lingka"*(Wawancara Oktober 2021, TH 40 Tahun).

> *"Kondisi yang saya hadapi menjadikan saya lebih sabar ya, sehingga saya sudah terbiasa hidup walaupun miskin seperti ini,,,"* (Wawancara November 2021, SL 60 tahun).

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, seperti yang terlihat dalam kutipan wawancara diatas didapatkan bahwa kesulitan yang terjadi dihadapi memberikan masyarakat miskin pelajaran hidup bagi mereka serta menjadikan mereka lebih kuat dan lebih tangguh dalam menjalani kehidupannya, lebih bersyukur dengan rezki yang didapatkan, serta memiliki tujuan yang lebih jelas untuk berjuang lebih keras agar kehidupannya menjadi lebih baik kedepannya.

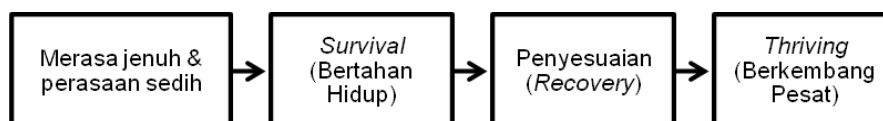
Pembahasan

Menurut teori yang diungkapkan oleh Reivich dan Shatte (2002) menyatakan bahwa ada 7 faktor pembentuk resiliensi, yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, analisis kausal, efikasi diri, dan prestasi. Namun berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, ditemukan bahwa faktor yang membentuk resiliensi dalam diri kelima masyarakat miskin yang terlibat dalam penelitian ini yaitu; pada partisipan Y diketahui bahwa ia mampu resilien karena adanya sikap Pantang menyerah, kebersyukuran, Empati, *Significant others*(dukungan orang sekitar), optimis, coping transformasi, dan efikasi diri. Partisipan TH resilien karena adanya kemampuan regulasi emosi, efikasi diri, kebersyukuran, empati, *significant others*(dukungan orang sekitar), coping transformasi. Partisipan RS resilien karena adanya kemampuan regulasi emosi, empati dan optimis. Kemudian partisipan SL resilien karena adanya sikap pantang menyerah, empati, efikasi diri, kebersyukuran, dan *significant others*(dukungan orang sekitar). Sedangkan partisipan A resilien karena adanya kemampuan efikasi diri, pantang menyerah, kebersyukuran, dan *significant others*(dukungan orang sekitar).

Secara detail faktor yang mempengaruhi terbentuknya resiliensi yang didapatkan sebagai hasil dari penelitian ini ialah kebersyukuran, efikasi diri, pantang menyerah, optimis dan berpikir kritis, *significant others*, empati, coping transformasi. Faktor kebersyukuran, *Significant others*, *coping transformasi*, pantang menyerah dan berpikir positif, merupakan faktor temuan baru dalam penelitian ini yang tidak disebutkan dalam teori Reivich dan Shatte (2002).

Gambar 2. Faktor yang mempengaruhi terbentuknya resiliensi

Hasil temuan penelitian hampir sejalan dengan penelitian sebelumnya mengenai resiliensi dan kemiskinan juga menunjukkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi berupa faktor keterampilan sosial, empati, efikasi diri, rasa kebermaknaan yakni optimisme, serta faktor dukungan keluarga dan teman (Rasmanah, 2020). Yang membedakan adalah dalam penelitian ini adanya temuan terbaru yang tidak disebutkan dalam penelitian sebelumnya yaitu faktor kebersyukuran, *Significant others*, *coping transformasi*, pantang menyerah dan berpikir positif.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, ditemukan bahwa cara bahwa cara kelima masyarakat miskin Aceh utara yang menjadi partisipan dalam penilitian ini bertahan menghadapi situasi kemiskinan dimasa pandemi adalah dengan tidak terlalu meratapi kesulitan yang mereka hadapi. Orang-orang fokus mencari cara untuk menghadapi situasi pandemi saat ini. Masyarakat miskin Aceh Utara yang kehilangan sumber pendapatan akibat pandemi, memutuskan mencari sumber pendapatan lain untuk bertahan hidup. Temuan hasil penelitian didapatkan bahwa masyarakat miskin Aceh Utara mampu bertahan setelah melalui beberapa proses serta didikung oleh beberapa faktor tertentu yang menyebabkan mereka tetap mampu bertahan.

Selain faktor tertentu yang mempengaruhi untuk mencapai resiliensi tentunya ada tahapan atau proses yang harus dilalui oleh individu untuk mencapai resiliensi atau ketahanan tersebut. Dari segi proses terbentuknya resiliensi, hasil penelitian yang telah dilakukan ditemukan bahwa proses terbentuknya resilien pada kelima masyarakat miskin Aceh Utara dalam menghadapi kemiskinan dimasa pandemi covid-19 melalui beberapa tahap yaitu partisipan Y melalui tahap *survival* (bertahan hidup) dan Penyesuaian (*Recovery*), partisipan TH sudah melalui tahapan Penyesuaian (*Recovery*) dan *Thriving* (mampu melewati keseulitan dan berkembang). Partisipan RS sedang berada pada fase tahapan mersa jenuh, dan sedang berusaha untuk bertahan hidup (*survival*), dan menyesuaikan diri dengan kondisi yang dihadapi. Dan partisipan A sedang melalui tahapan merasa sedih dengan keadaan dirinya yang berada dalam situasi kemiskinan serta sedang berusaha untuk melalukan penyesuaian dengan kondisi tersebut. secara lebih terperinci urutan tahapan proses terbentuknya resiliensi yang dilalui oleh kelima masyarakat miskin tersebut dapat dilihat pada bagan berikut:

Gambar 3. Proses terbentuknya resiliensi

Hasil temuan penelitian yang didapatkan tersebut sesuai dengan teori proses resiliensi yang diungkapkan oleh Coulson (2006), yaitu menyerah, bertahan hidup, pemulihan, atau penyesuaian, dan berkembang pesat.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, ditemukan bahwa cara kelima masyarakat miskin Aceh utara yang menjadi partisipan dalam penilitian ini bertahan menghadapi situasi kemiskinan dimasa pandemi adalah dengan tidak terlalu meratapi kesulitan yang mereka hadapi. Masyarakat miskin Aceh Utara mencari cara untuk menghadapi situasi pandemi saat ini serta mereka tetap bersyukur dengan rezeki yang telah mereka dapatkan meskipun hanya sedikit. Kebersyukuran menenangkan hati masyarakat miskin tersebut serta pembicaraan mereka lebih diarahkan untuk hal-hal positif. Masyarakat miskin Aceh Utara juga dapatdikatakanresilienkarenamamputenang dalam situasi yang menekan, dan hal ini terjadi karena mereka selalu bersyukur serta juga mengingatkan bahwa manusia memiliki Sang Maha Pencipta yang mengetahui kemampuan dan keterbasan kemampuannya. Seperti yang diungkpakan oleh Asrun & Nurendra (2021) dalam penelitiannya bahwa rasa bersyukur akan meningkatkan ketahanan atau resiliensi masyarakat dalam menghadapi situasi sulit.

Selain kebersyukuran adanya sikap pantang menyerah dan tetap optimis menjadikan masyarakat lebih mampu menghadapi situasi sulit. Mereka selalu berusaha untuk selalu mencari jalan keluar dan tidak menyerah dengan keadaan kesulitan yang terjadi. Sehingga kemampuan masyarakat untuk bertahan lebih lama walaupun dalam situasi sulit. Seperti yang diungkapkan oleh Maegusuku-Hewett, et,al. (2007) dalam hasil penelitiannya bahwa faktor internal yang meliputi optimis / pandangan positif dalam melihat masalah, percaya diri, pandangan positif tentang hidup dan termotivasi untuk melihat masa depan.

Resiliensi masyarat miskin di Aceh Utara juga terbentuk karena adanya dukungan orang-orang disekitar mereka, yang menjadikan mereka mudah dalam menyesuaikan diri dengan keadaan atau tekanan yang dirasakan. Masyarakat miskin merasa dihargai dan mendapat kepedulian dari orang sekitar terhadap suatu permasalahan yang dihadapi, sehingga masyarakat merasa nyaman karena mendapatkan dukungan.

Kemudiandengan adanya *Significant others*, seperti dukungan orang-orang di sekitarnya, baik istri/suami, saudara, teman dekat, membuat masyarakat tetap semangat dan pantang menyerah dalam menghadapi kesulitan yang terjadi. Seperti yang disebutkan dalam penelitian Aryati (2018) bahwa dukungan keluarga memiliki hubungan positif yang signinificant terhadap resiliensi. Penemuan faktor dukungan orang sekitar sebagai salah satu faktor pembentuk resiliensi terhadap masyarakat miskin dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian Mir'atannisa dkk (2019) bahwa faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi di antaranya faktor individual, faktor keluarga, dan faktor lingkungan sosial.

Selain itu, karena proses pengalaman dalam menghadapi kondisi menekan menjadikan masyarakat menjadi lebih baik dan mendapatkan pelajaran hidup yang menjadikan masyarakat miskin lebih kuat dan lebih tangguh dalam menjalani kehidupannya, lebih bersyukur dengan rezki yang didapatkan, serta memiliki tujuan yang lebih jelas untuk berjuang lebih keras agar kehidupannya menjadi lebih baik kedepannya. Sehingga dapat dikatakan bahwa masyarakat Miskin Aceh Utara memiliki resilien yang baik dalam menghadapi kesulitan yang terjadi selama pandemi. Hal ini terlihat dari kemampuan masyarakat miskin Aceh Utara yang tidak terlalu sedih dengan kesedihan yang dialaminya dan lebih fokus untuk meningkatkan taraf hidupnya dan tetap dapat beradaptasi dengan lingkungan dan yang terpenting mereka tetap beribadah yang menyebabkan mereka bertahan. dan tetap kuat dalam menjalani kehidupannya meski di tengah situasi pandemi Covid-19.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diperoleh gambaran bahwa kelima masyarakat miskin Aceh Utara yang terlibat dalam penelitian ini memiliki ketahanan atau resilien yang baik dalam menghadapi kemiskinan dimasa pandemi covid-19. Ketahanan tersebut terbentuk karena didukung oleh beberapa faktor yaitu adanya nilai kebersyukuran yang tinggi dalam diri masyarakat, regulasi, adanya kemampuan efikasi diri, pantang menyerah, optimis dan berpikirpositif, *significant others*, empati, serta coping transformasi. Serta dalam proses pencapaian terbentuknya resilien atau ketahanan tersebut terdapat beberapa tahapan yang dilalui yaitu merasa jenuh & perasaan sedih terhadap kondisi yang mereka hadapi (*scummbing*), kemudian mencari cara untuk bertahan hidup (*Survival*)), adanya penyesuaian (*Recovery*) terhadap situasi yang terjadi, serta mampu melewati keseulitan dan mengambil hal positif dari kesulitan yang terjadi (*Thriving*).

DAFTAR PUSTAKA

Aryati, P.C. (2018). Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Resiliensi pada Remaja di Keluarga Miskin. *Skripsi.* Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.

Asrun, M & Nurendra, M. (2021). Meningkatkan Resiliensi Masyarakat yang Terkena PHK Di Masa Pandemi Menrut Perspektif Psikologi Islam. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 4(1), 32-41.

Badan Pusat Statistik Aceh. (2020). Profil Kemiskinan dan Ketimpangan Pengeluaran Penduduk di Provinsi Aceh Maret 2020. *[LaporanNo. 30/07/11/Th.XXIII]*. https://aceh.bps.go.id/pressrelease/2020/07/15/573/profil-kemiskinan-dan-ketimpangan-pengeluaran-penduduk-di-provinsi-aceh-maret-2020.html.

Center for Public Mental Health (CPMH). (2020). Resiliensi sebagai Benteng Diri di Masa Pandemi. Artikel Ilmiah Populer Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. *Diakses dari* https://cpmh.psikologi.ugm.ac.id/2020/10/18/resiliensi-sebagai-benteng-diri di-masa-pandemi/.

Coulson, R. (2006). Resilience and Self-Talk in University Students (Unpublished master's thesis). University of Calgary, Calgary, AB. doi:10.11575/PRISM/1047. https://prism.ucalgary.ca/.

Desmita. (2013). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Farkas, D., & Orosz, G. (2015). Ego-Resiliency Reloaded: A Three-Component Model of General Resiliency.*PLoS ONE,* 10(3), e0120883. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0120883.

Fuster, Valentin. (2014). The Power of Resilience. *Journal of the American College of Cardiology*, 64 (8), 840-842. http://dx.doi.org/10.1016/j.jacc.2014.07.013.

Grotberg, E. H. (2003). *Resilience for Today: Gaining Strength from Adversity*. Praeger Publishers.

Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis: Sebuah Pengantar Edisi Pertama.* Prenadamedia Group.

Ledesma, J. (2014). *Conceptual Frameworks and Research Models on Resilience In Leadership*. SAGE Open. https://doi.org/10.1177/2158244014545464.

McCubbin, L. (2001). Challenge to the Definition of Resilience. *Paper Presented at The Annual Meeting of The American Psychological Association In San Francisco*. Educational Resources Information Center (ERIC).

Maegusuku-Hewett, et.al (2007). Refugee Children in Wales: Coping and Adaptation in The Face of Adversity. *Children and Society*, 21(4), 309-321.
Mir'atannisa, I. M., Rusmana, N. & Budiman, N. (2019). Kemampuan Adaptasi Positif Melalui Resiliensi. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3(2), 70–75.
Puspitasari, D.C., et.al. (2019). Penguatan Resiliensi dan Strategi Penghidupan Masyarakat Rawan Bencana. *TALENTA Conference Series*, 2(3), 32-40.
Rasmanah, Manah. (2020). Resiliensi dan Kemiskinan: Studi Kasus. *Intizar*, 26(1), 30-34. DOI: doi.org/10.19109/intizar.v26i1.5106. http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/intizar.
Reivich, K & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Lifes Hurdles*. Broadway Books.
Tarigan, H., Sinaga, J.H & Rachmawati, R.R. (2020). Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Kemiskinan Di Indonesia. *[Pusat Sosial Ekonomi dan Kebijakan Pertanian*]. https://pse.litbang.pertanian.go,id.
Wulandari, Anggi. (2021). Resiliensi Masyarakat Pada Masa Pandemi Covid-19. *[kompas.com*]. https://www.kompasiana.com/anggi12978/60781bc18ede4850aa24bb52/resiliensi-masyarakat-pada-masa-covid-19.
Zulkarnanini. (2021). Selama Pandemi Covid-19 Penduduk Miskin Di Aceh Bertambah.[*kompas.com*].https://www.kompas.id/baca/ekonomi/2021/02/18/selama-pademi-covid-19-penduduk-miskin-di-aceh-bertambah/.